



Ēdienkarte

No **15-dec.-25**
Līdz **18-dec.-25**

Neiba SIA

Pilsrundāles vsk. Speciālā ēdienkarte Nr.1 (1.-4. kl.)

Mainoties
pasūtījumam
iespējamās
izmaiņas

Pirmdiena		16	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Skābeņu zupa ar olu	*A01,A03		150 gr. (+/- 10%)	4,5	5,2	10,9	118
Krējums (auzu)	*A01		5 gr. (+/- 10%)	0,0	0,6	0,3	8
Makaroni ar malto gaļu	*A01		200 gr. (+/- 10%)	10,9	8,2	46,1	304
Kāpostu salāti ar papriku un eļļu			70 gr. (+/- 10%)	1,1	4,4	3,1	58
Sulas dzēriens mix (ābols,upene,ķirsis)			200 gr. (+/- 10%)	0,1	0,0	15,6	36
Kliju maize	*A01		20 gr. (+/- 10%)	1,6	0,2	10,0	49
Rudzu maize	*A01		20 gr. (+/- 10%)	1,4	0,2	8,3	52
Piens (auzu dzēriens)	*A01		200 gr. (+/- 10%)	1,4	3,6	11,4	88
Kopā :				21,0	22,5	105,7	712
Otrdiena		16	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Cūkgaļas šnicele BPP	*A01		70 gr. (+/- 10%)	9,1	14,7	9,4	222
Vārīti kartupeli			160 gr. (+/- 10%)	3,2	0,0	23,7	112
Piena mērce BPP	*A01		40 gr. (+/- 10%)	0,6	4,3	3,7	58
Biešu salāti ar ķiplokiem un eļļu			70 gr. (+/- 10%)	1,0	7,1	6,0	94
Vanīlas masa BPP	*A01		35 gr. (+/- 10%)	0,3	4,5	5,2	70
Upēņu ķīselis			120 gr. (+/- 10%)	0,2	0,1	10,8	45
Ūdens ar citronu	*A12		200 gr. (+/- 10%)	0,0	0,0	0,2	1
Kliju maize	*A01		20 gr. (+/- 10%)	1,6	0,2	10,0	49
Rudzu maize	*A01		20 gr. (+/- 10%)	1,4	0,2	8,3	52
Piens (auzu dzēriens)	*A01		200 gr. (+/- 10%)	1,4	3,6	11,4	88
Kopā :				18,9	34,7	88,7	789
Trešdiena		16	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Biešu zupa ar gaļu			150 gr. (+/- 10%)	3,1	4,8	7,5	92
Krējums (auzu)	*A01		5 gr. (+/- 10%)	0,0	0,6	0,3	8
Šķelto zirņu biezputra ar speķīti	*A01		200 gr. (+/- 10%)	20,6	19,5	49,9	458
Svaiga gurķa šķēlītes			70 gr. (+/- 10%)	0,7	0,1	1,3	8
Jānogu kompots			200 gr. (+/- 10%)	0,3	0,1	16,5	34
Kliju maize	*A01		20 gr. (+/- 10%)	1,6	0,2	10,0	49
Rudzu maize	*A01		20 gr. (+/- 10%)	1,4	0,2	8,3	52
Skolas ābols			100 gr. (+/- 10%)	0,4	0,0	11,3	51
Kopā :				28,2	25,6	105,1	751

Sastādīja _____

Apstiprinu _____

Ceturtdiena		16	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Vistas gaļas kotlete BPP	*A01,A03	70 gr. (+/- 10%)	13,2	10,4	3,9	164	
Kartupeļu biezenis BPP	*A01	170 gr. (+/- 10%)	3,9	0,6	29,2	144	
Klasiskā brūnā mērce BPP	*A01	40 gr. (+/- 10%)	0,5	3,9	3,1	54	
Kīnas kāposta un dārzeņu salāti ar eļļu		70 gr. (+/- 10%)	2,7	7,3	6,4	106	
Vanīlas masa ar marmelādi BPP	*A01	50 gr. (+/- 10%)	0,4	5,2	13,0	106	
Ogu mērce		50 gr. (+/- 10%)	0,4	0,2	16,4	48	
Sulas dzēriens mix (ābols,upene,ķirsis)		200 gr. (+/- 10%)	0,1	0,0	15,6	36	
Kliju maize	*A01	20 gr. (+/- 10%)	1,6	0,2	10,0	49	
Rudzu maize	*A01	20 gr. (+/- 10%)	1,4	0,2	8,3	52	
Kopā :			24,3	28,0	106,0	759	

*iespējams ēdiens satur
norādītās grupas alergēnus

: ']

	Olbalt.	/ Tauki	/ Ogļhidr.	/ Kcal.
Kartē	92,3	110,9	405,5	3011

Sastādīja _____

Apstiprinu _____